

Теоретико-методическое задание

Школьный этап всероссийской олимпиады школьников по физической культуре
в 2015-2016 учебном году
7-8 классы. (1 блок)

Задания в закрытой форме

Запишите утверждения, отмечая соответствующие поля бланка ответов.

1. Как называли судей на античных Олимпийских играх?

- а. ольпиониками
- б. элланодиками**
- в. палестриками
- г. мастерами

2. Российский олимпийский комитет был создан в...

- а. 1908 году.
- б. 1911 году**
- в. 1912 году.
- г. 1916 году.

3. В каком году на Олимпийском конгрессе, в Париже, был утвержден олимпийский флаг, подаренный Пьером Кубертенем?

- а. в 1890 году
- б. 1914 году**
- в. 1912 году.
- г. 1916 году.

4. Первые Всемирные юношеские Игры впервые проводились в ...

- а. Москве в 1998 г.**
- б. Киеве в 1996 г.
- в. Санкт Петербурге в 1994 г.
- г. Берлине в 1992 г.

5. Международный олимпийский комитет (МОК) находится в ...

- а. Лондоне
- б. Олимпии
- в. Сеуле
- г. Лозанне**

6. Первые зимние Юношеские Олимпийские Игры впервые проводились в ...

- а. Сочи в 2014 г.
- б. Инсбруке в 2012 г.**
- в. Ванкувере в 2010 г.
- г. Турине в 2006 г.

7. Основным критерием эффективности многолетней спортивной подготовки является...

- а. максимальный фонд двигательных умений и навыков
- б. наивысший уровень развития физических качеств.
- в. здоровье спортсмена
- г. наивысший спортивный результат.**

8. Как дозируются упражнения на «гибкость»?

- а. упражнения выполняются до тех пор, пока не начнет уменьшаться амплитуда движений
- б. выполняется 12-16 циклов движений
- в. упражнения выполняются до появления пота
- г. упражнения выполняются до появления болевых ощущений

9. Под выносливостью как физическим качеством понимается...

- а. комплекс психофизических свойств человека, обуславливающий возможность выполнять разнообразные физические нагрузки
- б. комплекс психофизических свойств человека, определяющих способность противостоять утомлению
- в. способность длительно совершать физическую работу, практически не утомляясь
- г. способность сохранять заданные параметры работы

10. Оздоровительный эффект физического воспитания достигается в результате....

- а. закаливания и физиотерапевтических процедур.
- б. обеспечения полноценного физического развития
- в. формирования двигательных умений и навыков
- г. совершенствования телосложения

11. Физические упражнения, используемые для искривления различных деформаций опорно-двигательного аппарата, называются.....

- а. подводящими
- б. имитационными
- в. коррегирующими
- г. общеразвивающими

12. Под силой как физическим качеством понимается...

- а) способность поднимать тяжелые предметы;
- б) психофизические свойства человека, обеспечивающие возможность противодействовать внешним силам за счет мышечных напряжений;
- в) психофизические свойства человека, обеспечивающие возможность воздействовать на внешние силы за счет мышечных напряжений;
- г) комплекс психофизических свойств организма, позволяющий преодолевать внешнее сопротивление либо противодействовать ему.

13. Способы выполнения двигательных действий, с помощью которых двигательная задача решается с относительно большой эффективностью, принято называть...

- а) формой физического упражнения;
- б) моделью техники движений;
- в) техникой физических упражнений;
- г) двигательными навыками.

14. Двойной шаг, но только с фазой полета в конце движения в волейболе обозначается как...

- а. шаг.
- б. прыжок.
- в. скачок.
- г. подскок

Задания в открытой форме

Завершите утверждение, вписав соответствующее слово в бланк ответов.

15. Максимальная амплитуда движений, достигнутая приложением как внутренних, так и внешних сил характеризует **пассивную гибкость.**

16. Метод равномерного непрерывного упражнения является наиболее распространенным при воспитании... **общей выносливости.**

17. Движения тела вокруг вертикальной оси называется... **(поворот)**

18. Вращательное движение тела с последовательным касанием опоры (без переворачивания через голову называется .. **перекат**

Задания, связанные с перечислением

19. Перечислите фамилии российских спортсменов ставших Чемпионами XXII Олимпийских зимних Игр в бобслее в 4-х, в командном зачете**А. Зубков, А. Воевода, А. Неодайло, Д. Труненокв**

20. Перечислите виды прыжков в лёгкой атлетике....**прыжки в длину с разбега, тройной прыжок, прыжки с шестом и прыжки в высоту.**

Теоретико-методическое задание

Школьный этап всероссийской олимпиады школьников по физической культуре
в 2015-2016 учебном году
7-8 классы. 2вариант

Задания в закрытой форме

Запишите утверждения, отмечая соответствующие поля бланка ответов.

- 1. Кто был первым победителем античных Олимпийских игр в 776 году до н.э. в беге на одну стадию?**
 - а. Хилон из Спарты
 - б. Гермоген из Ксанора
 - в. Корибос из Элида**
 - г. Милон из Кротона

- 2. Международный Олимпийский комитет был создан в году.**
 - а. 1890
 - б. 1892
 - в. 1894**
 - г. 1896

- 3. Впервые Олимпийский флаг был поднят и прозвучал олимпийский девиз во время Игр...**
 - а. V Олимпиады в Стокгольме (1912г.)
 - б. VII Олимпиады в Антверпене (1920 г.)**
 - в. X Олимпиады в Лос-Анджелесе (1932 г.)
 - г. XI Олимпиады в Берлине (1936 г.)

- 4. Талисман, как бы приносящий счастье любому олимпийцу, любому болельщику впервые появился на Играх в ...**
 - а. 1968 г. в Мехико.**
 - б. 1972 г. в Мюнхене.
 - в. 1976 г. в Монреале.
 - г. 1980 г. в Москве

- 5. Международная олимпийская академия находится в**
 - а. Лозанне
 - б. Париже
 - в. Олимпии**
 - г. Нью-Йорке

- 6. Первые летние Юношеские Олимпийские Игры впервые проводились в ...**
 - а. Лондоне в 2012 г.
 - б. Сингапуре в 2010 г.**
 - в. Баку в 2015 г.
 - г. Москве в 1998 г.

- 7. Способность спортсмена оперативно корректировать двигательные действия в зависимости от особенностей соревновательной ситуации обусловлена техники.**
 - а. экономичностью...
 - б. эффективностью...
 - в. стабильностью...
 - г. вариативностью...**

8. При воспитании гибкости следует стремиться к

- а. достижению максимальной амплитуды движений в основных суставах
- б. оптимальной амплитуде движений в плечевом, тазобедренном коленном суставе
- в. восстановлению нормальной амплитуды движений суставов
- г. гармоничному увеличению подвижности в основных суставах

9. Выносливость человека зависит от...

- а. функциональных возможностей систем энергообеспечения
- б. быстроты двигательной реакции
- в. настойчивости, выдержки, мужества, умение терпеть
- г. силы мышц

10. Оздоровительный эффект в занятиях учащихся подросткового возраста достигается с помощью...

- а. изменения количества повторений одного и того же упражнения.
- б. проведения занятий на обычной, увеличенной и уменьшенной площади.
- в. упражнений с интенсивностью выше порога анаэробного обмена.
- г. упражнений аэробной направленности средней и большой интенсивности

11. Физическая подготовленность, приобретаемая в процессе физической подготовки к трудовой или иной деятельности, характеризуется...

- а) высокой устойчивостью к стрессовым ситуациям, воздействию неблагоприятных условий внешней среды и различным заболеваниям;
- б) уровнем работоспособности и запасом двигательных умений и навыков;
- в) хорошим развитием систем дыхания, кровообращения, достаточным запасом надежности, эффективности и экономичности;
- г) высокими результатами в учебной, трудовой и спортивной деятельности.

12. Под быстротой как физическим качеством понимается...

- а) комплекс психофизических свойств человека, позволяющих передвигаться с большой скоростью;
- б) комплекс психофизических свойств человека, позволяющих выполнять непродолжительную работу в минимальный отрезок времени;
- в) способность человека быстро набирать скорость;
- г) комплекс психофизических свойств, позволяющих человеку быстро реагировать на сигналы и выполнять движения с большой частотой.

13. Состав и последовательность действий, необходимых для решения двигательной задачи определенным способом, принято называть...

- а) корнем техники;
- б) главным звеном техники ;
- в) деталями техники;
- г) основой техники.

14. Умение выбрать место и держать игрока с мячом и без мяча в баскетболе формируется при обучении тактическим действиям в...

- а. нападении.
- б. защите.
- в. противодействии.
- г. взаимодействии

Задания в открытой форме

Завершите утверждение, вписав соответствующее слово в бланк ответов.

15. Документом, представляющим все аспекты организации соревнования является...**положение о соревновании**
16. Метод повторного упражнения с использованием неопредельных отягощений при выполнении действий, выполняемых до отказа, является основным при воспитании...**силы**
17. Переход из вися в упор или из более низкого положения в высокое в гимнастике обозначается как... (**подъём**)
18. Свободное движение относительно оси вращения называется... (**мах**)

Задания, связанные с перечислением

19. Перечислите фамилии российских спортсменов ставших Чемпионами XXII Олимпийских зимних Игр в шорт-треке, в эстафете 4х5000.... **В. Ан, В. Григорьев, С. Елистратов, Р. Захаров**
20. Перечислите виды метаний в лёгкой атлетике:**метание диска, молота, копья и толкание ядра.**